

**HUBUNGAN KERISAUAN UJIAN DAN GAYA COPING SERTA
PRESTASI PEPERIKSAAN DALAM KALANGAN PELAJAR
INSTITUT PENDIDIKAN GURU MALAYSIA**

SINNAMACHI A/P GURUSAMY

**Tesis yang diserahkan untuk memenuhi keperluan bagi
Ijazah Sarjana Sastera (Pendidikan)**

UNIVERSITI SAINS MALAYSIA

2011

ISI KANDUNGAN

	Halaman
Penghargaan	ii
Isi Kandungan	iii
Senarai Jadual	viii
Senarai Rajah	ix
Senarai Singkatan	x
Senarai Lampiran	xi
Abstrak	xii
Abstract	xiv

BAB 1: PENGENALAN		
1.0	Pendahuluan	1
1.1	Latar Belakang Kajian	1
1.1.1	Peperiksaan dan kerisauan	1
1.1.2	Gaya <i>coping</i> dan kerisauan	7
1.2	Pernyataan Masalah	9
1.3	Rasional Kajian	13
1.4	Objektif Kajian	15
1.5	Persoalan Kajian	16
1.6	Hipotesis Kajian	17
1.7	Kerangka Konseptual Kajian	18
1.8	Batasan Kajian	21
1.9	Definisi Operasional	23
1.9.1 (a)	Kerisauan atau <i>anxiety</i>	24
1.9.1 (b)	Kerisauan-tret atau <i>trait-anxiety</i>	24
1.9.1 (c)	Kerisauan-state atau <i>state-anxiety</i>	24
1.9.1 (d)	Kerisauan ujian atau <i>test-anxiety</i>	25
1.9.1 (e)	Kebimbangan dan keemosian	25
1.9.2	Emosi	25
1.9.3	Kebangkitan	26
1.9.4	Stres	26

	Halaman
1.9.5 Gaya <i>coping</i>	26
1.9.6 Sistem saraf autonomik	27
1.9.7 Kognitif	27
1.9.8 Guru pelatih atau pelajar-pelajar	28
1.10 Penutup	28

BAB 2: SOROTAN LITERATUR

2.0 Pendahuluan	29
2.1 Definisi dan Konsep Emosi	30
2.1.1 Pernyataan dan pengalaman emosi	32
2.2 Definisi Stres dan Ancamannya serta Hubungannya dengan Kerisauan	33
2.2.1 Kerisauan ujian dan hubungannya dengan prestasi peperiksaan	36
2.2.2 Sorotan kajian-kajian pelbagai jenis kerisauan ujian yang lain	47
2.3 Pengkhususan	50
2.4 Definisi dan Konsep Gaya <i>Coping</i>	53
2.4.1 Hubungan gaya <i>coping</i> dengan kerisauan ujian	56
2.5 Definisi Kerisauan dan ke arah Pembentukan Teori Kerisauan-tret dan Kerisauan-state	59
2.6 Teori Pemprosesan Kecekapan (<i>Processing Efficiency Theory</i>) dan Hubungannya dengan Kerisauan Ujian dan Prestasi	62
2.7 Model Gaya <i>Coping</i> Lazarus dan Folkman	64
2.8 Hipotesis U Terbalik (<i>The Inverted Hypothesis</i>) dan Hubungannya dengan Prestasi dan Kebangkitan/ Kerisauan	66
2.8.1 Faktor-faktor yang mempengaruhi kebangkitan dan prestasi	69
2.9 Model Pemprosesan Informasi Humphreys dan Revelle	71
2.10 Penutup	73

BAB 3: METODOLOGI KAJIAN

		Halaman
3.0	Pendahuluan	74
3.1	Reka Bentuk Kajian	74
3.1.1	Jangka masa kajian	76
3.2	Populasi dan Sampel Kajian	77
3.3	Variabel Kajian	79
3.3.1	Pengkhususan	79
3.3.2	Keputusan peperiksaan	80
3.3.3	Skor pencapaian kerisauan ujian	80
3.4	Prosedur Pelaksanaan Kajian	83
3.5	Instrumen Kajian	84
3.5.1	<i>State Trait Inventory</i>	84
3.5.2	<i>Test Anxiety Inventory</i>	87
3.5.3	<i>Ways of Coping</i>	90
3.5.4	Soalan-soalan temu bual	92
3.6	Kajian Rintis	93
3.7	Penganalisan Data	94
3.8	Penutup	95

BAB 4 DAPATAN KAJIAN

4.0	Pendahuluan	96
4.1	Latar Belakang Responden	96
4.2	Pengujian Hipotesis	98
4.2.1	Hipotesis Nol 1	100
4.2.2	Hipotesis Nol 2	101
4.2.3	Hipotesis Nol 3	102
4.2.4	Hipotesis Nol 4	103
4.2.5	Hipotesis Nol 5	105
4.2.6	Hipotesis Nol 6	105
4.2.7	Hipotesis Nol 7	106
4.2.8	Hipotesis Nol 8	108

	Halaman
4.4 Rumusan Hasil Kajian Kuantitatif	110
4.5 Rumusan Dapatan Kualitatif	111
4.5.1 Stres	111
4.5.2 Tekanan Ibu Bapa dan Rakan-rakan	114
4.5.3 Kerisauan ujian	115
4.5.4 Kerisauan-tret	117
4.5.5 Kerisauan-state	119
4.5.6 Sekatan Kerisauan (<i>Anxiety Blockage</i>)	121
4.5.7 Kecewa	123
4.6 <i>Coping</i> Berfokuskan Emosi dan <i>Coping</i> Berfokuskan Masalah	124
4.6.1 Mengawal perasaan	126
4.6.2(a) Sokongan keluarga	128
4.6.2(b) Sokongan daripada rakan-rakan dan guru kaunseling	129
4.6.3 Penilaian pencapaian diri	131
4.6.4 Penyelesaian masalah secara bersistematik	132
4.7 Rumusan Dapatan Kualitatif	134

BAB 5 PERBINCANGAN DAN KESIMPULAN

5.0 Pendahuluan	140
5.1 Penilaian dan Pentadbiran Instrumen	141
5.2 Hubungan Kerisauan Ujian dengan Prestasi Peperiksaan	143
5.2.1 Komponen kebimbangan dan keemosian dalam kerisauan ujian	148
5.3 Kerisauan-tret dan Kerisauan-state	150
5.4 Perbezaan Kerisauan Ujian dengan Pengkhususan-pengkhususan lain	152
5.5 Hubungan Kerisauan Ujian dengan Gaya <i>Coping</i>	157
5.6 Perbezaan Gaya Coping dengan Pengkhususan-pengkhususan lain	163
5.7 Hubungan Gaya Coping dengan Prestasi Peperiksaan	165
5.8 Implikasi Kajian dan Cadangan Amalan	168
5.9 Cadangan Masa Hadapan	171

	Halaman
5.10 Penutup	174
Senarai Rujukan	175
Lampiran	183

SENARAI JADUAL

	Halaman
2.1 Hipotesis Kebangkitan Optimum bagi Beberapa Jenis Sukan	49
3.1 Populasi dan Sampel Kajian	79
3.3 Nilai Alfa Cronbach bagi Kajian Rintis	94
3.3 Kaedah Analisis Data Mengikut Hipotesis Kajian	95
4.1 Jumlah Responden Berdasarkan Jantina	97
4.2 Jumlah Responden Berdasarkan Pengkhususan	97
4.3 Responden Mengikut Kaum, Jantina dan Pengkhususan	98
4.4 Korelasi Pearson antara Skor Min Kerisauan Ujian dengan Prestasi Peperiksaan	100
4.5 Korelasi Pearson antara skor min kebimbangan dan keemosian	101
4.6 Min dan Sisihan Piawai skor min Kerisauan-state	102
4.7 Ringkasan ANOVA bagi skor min Kerisauan-state	103
4.8 Min dan Sisihan Piawai skor min Kerisauan-tret	104
4.9 Ringkasan ANOVA bagi skor min Kerisauan-tret	104
4.10 Korelasi Pearson antara skor min Gaya <i>Coping</i> dengan skor min Prestasi Peperiksaan	105
4.11 Korelasi Pearson antara skor min Gaya <i>Coping</i> dengan skor min Kerisauan Ujian	106
4.12 Min dan Sisihan Piawai skor min Kerisauan Ujian bagi keempat-empat Pengkhususan	107
4.13 Ringkasan ANOVA bagi skor min Kerisauan Ujian	107
4.14 Perbandingan <i>Post Hoc Turkey HSD</i> Untuk Kerisauan Ujian	108
4.15 Min dan Sisihan Piawai skor min Gaya <i>Coping</i> bagi keempat-empat Pengkhususan	109
4.16 Ringkasan ANOVA Bagi Skor Min Gaya <i>Coping</i>	109
4.17 Ringkasan Pengujian Hipotesis	110

SENARAI RAJAH

	Halaman
1.1 Beban Tugas dan Emosi Pelajar	6
1.2 Kerangka Konseptual Kajian	21
2.1 Teori Kerisauan-tret dan Kerisauan-state	61
3.1 Aliran Prosedur Pelaksanaan Kajian	84

SENARAI SINGKATAN

AMAS	:	<i>Abbreviated Math Anxiety Scale</i>
ANS	:	<i>Autonomic Nervous System</i>
ANOVA	:	<i>Analysis of Variance</i>
BAI	:	<i>The Beck Anxiety Inventory</i>
EteMS	:	<i>English Teaching for Mathematics and Science</i>
FES	:	<i>Family Environment Scale</i>
JPN	:	Jabatan Pelajaran Negeri
KDP	:	Kursus dalam Perkhidmatan
KDC	:	Kursus dalam Cuti
KEMAS	:	Kebajikan Masyarakat
IPGM	:	Institut Pendidikan Guru Malaysia
IQ	:	<i>Intelligence Quotient</i>
PIPP	:	Pelan Induk Pembangunan Pendidikan
TESL	:	<i>Teaching English as Second Language</i>
PET	:	<i>Processing Efficiency Theory</i>
SIT	:	<i>Sustained Information Transfer</i>
STAI	:	<i>State-Trait Anxiety Inventory</i>
STAIC	:	<i>State-Trait Anxiety Inventory for Children</i>
STAR	:	<i>Statistic Anxiety Rating Scale</i>
STM	:	<i>Short Term Memory</i>
TAI	:	<i>Test Anxiety Inventory</i>
TAIC	:	<i>Trait-Anxiety Inventory for Children</i>
WAIS-111	:	<i>Wechsler Adult Intelligence Scale</i>
WAYS	:	<i>Ways of Coping</i>

SENARAI LAMPIRAN

Halaman

LAMPIRAN A	Surat kepada pelajar yang disampel	174
LAMPIRAN B	Borang Soal Selidik.....	175
LAMPIRAN C	Instrumen Borang A(TAI).....	176
LAMPIRAN D	Instrumen Borang B (STAI-Y1).....	179
LAMPIRAN E	Instrumen Borang C (STAI-Y2).....	181
LAMPIRAN F	Instrumen <i>Ways of Coping</i> (WCQ).....	184
LAMPIRAN G	Transkrip Temu Bual (12 pelajar).....	186
LAMPIRAN H	Surat Kebenaran Menjalankan Kajian daripada Bahagian Perancangan dan Penyelidikan Dasar Pendidikan KPM....	224
LAMPIRAN I	Surat Kebenaran untuk Menjalankan Kajian di IPGM oleh Bahagian Pendidikan Guru KPM.....	226
LAMPIRAN J	Surat Kebenaran kepada Pengarah-pengarah IPGM Menggunakan sampel pelajar-pelajar IPGM.....	227
LAMPIRAN K	Surat kebenaran kepada Pengarah bagi memperoleh Keputusan penuh peperiksaan semester 2009.....	229

**Hubungan Kerisauan Ujian Dan Gaya *Coping* Serta
Prestasi Peperiksaan Dalam Kalangan Pelajar
Institut Pendidikan Guru Malaysia**

ABSTRAK

Tujuan kajian ini ialah untuk mengenal pasti perhubungan yang wujud antara kerisauan ujian dan gaya *coping* dengan prestasi peperiksaan dalam kalangan pelajar-pelajar institut pendidikan guru yang mengikuti bidang pengkhususan yang berlainan. Perbezaan skor min digunakan untuk membandingkan kerisauan ujian dan gaya *coping* bagi keempat-empat bidang pengkhususan iaitu Sains dan Matematik, TESL, Bahasa dan Kemahiran. Perbezaan skor min juga digunakan untuk membandingkan pengkhususan dengan kerisauan ujian, komponen kebimbangan dan keemosian, gaya *coping*, kerisauan-state, kerisauan-tret dan prestasi peperiksaan. Prestasi peperiksaan diukur menggunakan titik Purata Nilai Gred (PNG). Sampel kajian diambil daripada tiga buah Institut Pendidikan Guru Malaysia di Daerah Utara yang melibatkan 380 pelajar. Tiga instrumen telah digunakan dalam kajian ini iaitu *State-Trait Anxiety Inventory*, *Test Anxiety Inventory* dan *Ways of Coping*. Pelaksanaan kajian telah dijalankan sebelum peperiksaan akhir semester iaitu pada bulan April 2009. Sebanyak lapan hipotesis nol diuji dalam kajian ini dengan menggunakan ujian korelasi Pearson dan ANOVA. Keputusan kajian menunjukkan bahawa terdapat korelasi signifikan antara kerisauan ujian dan prestasi ujian dan juga antara gaya *coping* dan kerisauan ujian. Hasil keputusan tersebut mengesahkan bahawa wujudnya korelasi yang signifikan antara kerisauan ujian dengan prestasi peperiksaan dan juga korelasi signifikan antara gaya *coping* dengan kerisauan ujian. Selain itu, analisis kualitatif

menunjukkan hasil yang positif dan menyokong penemuan-penemuan kuantitatif. Pelajar-pelajar yang ditemu bual didapati menghadapi stres, tekanan daripada ibu bapa dan rakan-rakan, kerisauan-tret, kerisauan-state dan kerisauan ujian. Mereka juga telah mengadaptasi situasi dengan menggunakan gaya *coping* yang berbeza dalam menangani masalah kerisauan ini. Namun, tiada perbezaan yang signifikan didapati dalam skor min bagi gaya *coping* dengan keempat-empat pengkhususan iaitu Sains dan Matematik, TESL, Bahasa dan Kemahiran. Hasil kajian ini juga mendapati bahawa tiada perhubungan yang signifikan antara gaya *coping* dengan prestasi peperiksaan.

Relationship between Test Anxiety and Coping Styles with Examination Performance among Students of Malaysia Institute of Teacher Education

ABSTRACT

The purpose of this study was to identify the relationship that exists between test anxiety, coping style and examination performances among students of different specializations at the institute of teacher education. Mean difference was used to compare test anxiety and coping style in four area of specializations which were Science and Mathematics, TESL, Languages and Skills. Mean difference was also used to compare area of specializations with test anxiety, worry and emotionality components, coping styles, state-anxiety, trait-anxiety and examination performance. Examination performances were measured using students' grade point average (GPA). Study samples were taken from three teacher education institutes in the Northern Region involving 380 students. Three instruments were used in this study; the State-trait Anxiety Inventory, the Test Anxiety Inventory and the Ways of Coping. This study was conducted before the final examination in April 2009. A total of eight null hypotheses were tested in this study by using Pearson Correlation and ANOVA. Survey results revealed that there was a significant correlation between test anxiety and exam performance and also between coping styles and test anxiety. The result confirmed that there was a significant correlation between test anxiety and examination performance and there was a significant correlation between coping styles and test anxiety. In addition, qualitative analysis showed positive results and supported the quantitative findings. Students who were interviewed were found to

face stress, pressure from parents and friends, trait-anxiety, state-anxiety and test-anxiety. They admit that having to adapt to these situations by using different coping styles in dealing with these concerns. However, there were no significant differences in mean scores of coping styles with the four areas of specializations which were Science and Mathematics, TESL, Languages, and Skills. This study also found that there was no significant relationship between coping styles and examination performance.

BAB 1

PENGENALAN

1.0 Pendahuluan

Bab pengenalan merupakan bahagian yang paling penting bagi setiap kajian yang dijalankan. Dalam bab ini pernyataan masalah, rasional kajian dan tujuan kajian dihuraikan untuk menentukan sama ada perlukah sesuatu kajian itu dilaksanakan atau tidak. Kemudian disusuli dengan objektif kajian, persoalan kajian dan hipotesis kajian bagi menjustifikasikan sama ada hasil dapatan kajian mampu diperoleh atau tidak. Seterusnya diikuti dengan kerangka konseptual cara kajian hendak dijalankan, batasan kajian dan akhir sekali ialah definisi konsep dan operasional dalam konteks kajian ini.

1.1.0 Latar Belakang Kajian

1.1.1 Peperiksaan dan kerisauan

Salah satu fokus Pelan Induk Pembangunan Pendidikan (PIPP, 2006) ialah memantapkan sistem penaksiran dan penilaian supaya lebih holistik. Pelan Induk Pembangunan Pendidikan merupakan suatu penilaian semula terhadap kurikulum sistem pendidikan di Malaysia bagi memastikan kurikulum ini sejajar dan relevan dengan perkembangan semasa setiap sepuluh tahun. Dalam strategi pelaksanaannya pula, fokus ini menyediakan penaksiran alternatif dengan mengubah penekanan peperiksaan awam daripada berasaskan kandungan kepada lebih berasaskan kemahiran atau daripada bersifat ujian pencapaian kepada ujian kebolehan am. Dalam

fokus ini juga pengkajian semula sistem penaksiran dan penilaian untuk menjadikan persekolahan tidak terlalu berorientasikan peperiksaan atau model peperiksaan awam baru diperkenalkan. Bilangan mata pelajaran dalam peperiksaan awam akan dikurangkan dan hanya menguji mata pelajaran tertentu pada peringkat sekolah (PIPP, 2006). Pelan tindakan ini telah dilancarkan oleh mantan Perdana Menteri Malaysia pada tahun 2007 dan sekaligus ditekan semula oleh Timbalan Perdana Menteri Malaysia pada tahun 2009 yang juga telah mengurangkan jumlah mata pelajaran bagi peperiksaan Sijil Pelajaran Malaysia.

Dalam konteks di Malaysia, peperiksaan ternyata mencetuskan pelbagai perasaan emosi yang kurang senang terutamanya murid-murid di sekolah sehingga pelajar-pelajar di universiti. Peperiksaan merupakan suatu kenyataan dalam hidup seseorang pelajar malah sesiapa pun tidak boleh mengelak daripada menduduki peperiksaan sama ada formal atau tidak formal. Peperiksaan awam pula iaitu Ujian Penilaian Sekolah Rendah (UPSR) bagi tahun enam, Penilaian Menengah Rendah (PMR) bagi pelajar tingkatan tiga, Sijil Pelajaran Malaysia (SPM/SPVM) bagi pelajar tingkatan lima dan Sijil Tinggi Pelajaran Malaysia (STPM) bagi pelajar tingkatan enam sehingga memasuki universiti ataupun institusi perguruan mahupun swasta mampu memberi tekanan kepada murid-murid mahupun pelajar. Di institut-institut pengajian tinggi peperiksaan dijalankan pada akhir semester, berpotensi mencetuskan kerisauan ujian pada intensiti yang berbeza dalam kalangan pelajar-pelajar yang mengambil kursus yang berlainan.

Peperiksaan memainkan peranan yang penting dalam hidup seseorang pelajar dan mempunyai hubungan yang signifikan dengan kerisauan sebelum dan semasa

menghadapi peperiksaan. Hembree (dalam Miller, 2004) mendapati kerisauan ujian tidak wujud sama sekali atau pada tahap minimum dalam kalangan murid-murid sekolah rendah sebaliknya wujud secara negatif dengan prestasi bagi murid-murid sejak dari gred 5 (McIlroy, Bunting & Adamson 2000). Mulvenon, Stegman dan Ritter (2005) pula menjelaskan bahawa faktor utama untuk meramal prestasi murid adalah persepsi murid itu sendiri dengan syarat mereka memperoleh tekanan yang sederhana daripada ibu bapa dan guru.

Oleh hal yang demikian, sistem penilaian berorientasikan peperiksaan mencetuskan kerisauan ujian dalam kalangan murid sekolah dan juga para pelajar di institusi pengajian tinggi. Dalam pada itu, kerisauan merupakan suatu variabel yang penting terutamanya dalam kajian personaliti, behaviourisme, teori-teori kognitif dan psikoanalisis (Peleg-Pepko & Klingman, 2002). Mengikut Spielberger (1980), kerisauan boleh diklasifikasikan sebagai keadaan emosi yang tidak tenteram atau keadaan personaliti seseorang individu yang sentiasa berubah-ubah. Tambahan lagi perubahan emosi dalam seseorang individu itu terjadi apabila sesuatu rangsangan, stimuli atau kebangkitan dicetuskan. Perubahan emosi yang bersifat negatif berpotensi mencetuskan kerisauan. Dalam pada itu, Catell (1966) pula turut memperkenalkan dua jenis kerisauan iaitu kerisauan-state (*state-anxiety*) dan juga kerisauan-tret (*trait-anxiety*).

Menurut definisi Spielberger (1980), kerisauan-tret boleh diertikan sebagai perbezaan seseorang yang stabil dan normal, tetapi lebih cenderung untuk menjadi risau dan bersikap negatif. Beliau menjelaskan bahawa, jika seseorang individu itu berpersepsi bahawa sesuatu situasi itu berbahaya atau mengancamnya, fenomena ini

akan menghasilkan tekanan pada individu tersebut. Tambahan lagi individu yang berkerisauan-tret yang tinggi akan menginterpretasikan kebanyakan situasi sesuatu yang berbahaya dan mengancam berbanding dengan individu yang berkerisauan-tret rendah. Justeru, seseorang yang berkerisauan-tret yang tinggi juga lebih cenderung mengalami kerisauan-state yang lebih kerap. Spielberger (1980) mentakrifkan kerisauan-state sebagai suatu keadaan emosi perantaraan yang berbeza. Perbezaan ini adalah dari segi kekerapan dan juga berubah mengikut masa. Dalam konteks ini, kerisauan-state kadangkala dianggap sebagai tenaga kinetik kerana reaksinya berlaku pada masa tertentu dengan kekerapan yang berlainan. Tegasnya, faktor masa ini akan mengumpulkan jumlah tekanan yang cukup bagi mencetuskan kerisauan yang berikutnya.

Berdasarkan hakikat bahawa, kerisauan-tret adalah berbeza dalam kalangan individu apabila berhadapan dengan situasi yang bertekanan tinggi. Maka hasil pengalaman daripada situasi ini kerisauan-state yang berbeza pula dicetuskan. Namun demikian, perbezaan utama adalah dari segi individu itu menilai sesuatu situasi tersebut sama ada mengancam mereka atau tidak adalah secara psikologi semata-mata. Malah persepsi ini juga dipengaruhi oleh pengalaman atau peristiwa lampau.

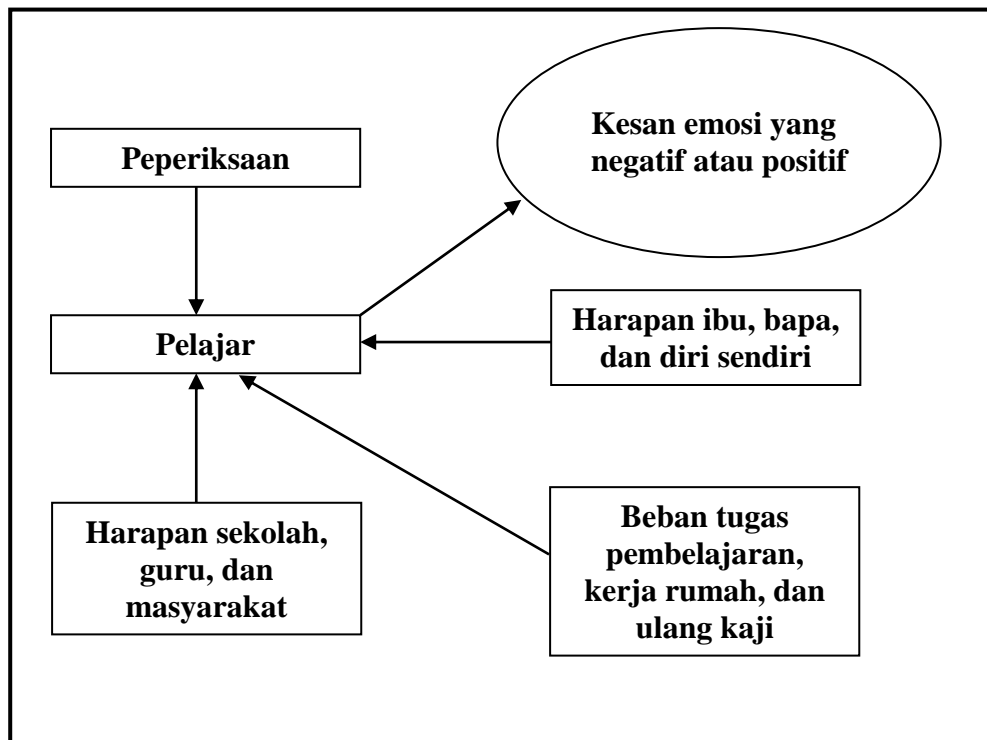
Mengikut McDonald (2001), kerisauan ujian boleh dijelaskan sebagai reaksi emosi yang tipikal hasil susulan daripada situasi apabila prestasi seseorang diukur atau suatu bentuk penilaian dilaksanakan. Pada kebiasaannya apabila tiba waktu penilaian atau peperiksaan, seseorang pelajar berasakan yang dirinya tidak cukup persediaan, tidak pasti akan kebolehan diri sendiri serta berasakan dirinya tidak dapat

melakukan yang terbaik. Tegasnya, individu-individu ini dipenuhi perasaan kurang senang, kebimbangan dan tertekan yang seringkali timbul sebelum atau semasa penilaian dijalankan.

Liebert dan Morris (dalam Spielberger, 1980) telah mengenal pasti dua komponen utama dalam kerisauan ujian iaitu kebimbangan (*worry*) dan keemosian (*emotionality*). Kedua-dua komponen ini boleh diambil kira sebagai komponen utama dalam kerisauan-state terutamanya reaksi semasa penilaian, tekanan, resah dan juga kebangkitan. Mengikut Liebert dan Morris (dalam Spielberger, 1980), kebimbangan ditakrifkan sebagai kerisauan kognitif terhadap kebarangkalian untuk gagal. Keemosian pula diertikan sebagai reaksi autonomik sistem saraf yang dicetuskan melalui stres daripada penilaian. Liebert dan Morris (dalam Spielberger, 1980) kemudiannya membentuk skala *Worry-Emotionality* yang kemudiannya telah diserap ke dalam instrumen kerisauan ujian (Stober, 2004).

Daripada perbincangan di atas boleh dikatakan semua pelajar dibebani pelbagai tugas serta diharapkan oleh masyarakat, guru-guru, rakan serta ibu bapa untuk memperoleh keputusan cemerlang. Oleh hal demikian tidak termasuk harapan dan jangkaan diri sendiri yang juga mempengaruhi emosi pelajar semasa menghadapi peperiksaan yang dipercayai akan menentukan hala tuju hidupnya seperti yang ditunjukkan dalam Rajah 1.1. Secara teorinya ujian dan juga peperiksaan boleh mencetuskan pelbagai spektrum emosi manusia. Keputusan peperiksaan adalah muktamad untuk sistem pendidikan dan kerjaya masa kini. Oleh itu kegagalan dan kejayaan dalam peperiksaan mempunyai nilai subjektif yang tinggi. Peperiksaan seringkali ditanamkan secara langsung dalam interaksi sosial secara mengkhabarkan

penilaian sosial individu dari segi pencapaian beliau dalam peperiksaan. Kesan daripada ini akan mencetuskan pelbagai emosi individu tetapi emosi sosial seperti perbandingan emosi sosial yang melibatkan harga diri (Stober & Pekrun, 2004).



Rajah 1.1 : Beban Tugas dan Emosi Pelajar

Seperti yang dinyatakan di atas hal ini menunjukkan bahawa harapan sendiri dan harapan ibu bapa merupakan suatu bentuk tekanan kepada diri sendiri. Semakin tinggi murid melangkah ke dalam alam pendidikan lebih banyak peperiksaan dan penilaian yang akan ditempuhi lebih banyak harapan dan jangkaan daripada ibu bapa, sekolah dan komuniti terhadap murid atau pelajar itu sendiri. Justeru, kajian ini bertujuan untuk mengenal pasti sama ada kerisauan ujian dan gaya *coping* yang wujud dalam kalangan pelajar-pelajar yang melibatkan pelbagai pengkhususan. Selain itu, komponen-komponen kerisauan selain kerisauan ujian seperti kerisauan-state, kerisau-tret, komponen kebimbangan dan keemosian yang relevan dalam konteks

kajian ini turut serta dikaji. Melalui kajian kualitatif pelajar-pelajar ditemu bual dan disoal pengalaman mereka menghadapi kerisauan, stres, tekanan ibu bapa, kekecewaan dan sekatan kerisauan (*anxiety blokage*).

1.1.2 Gaya *Coping* dan Kerisauan

Menurut Stober dan Pekrun (2004), pada tahun 80-an kajian-kajian kerisauan memuncak begitu banyak dijalankan dan sebaliknya apabila memasuki tahun 1990-an tren kajian ini menurun sedikit. Fenomena perubahan ini terjadi berikutan pengkaji-pengkaji berpendapat bahawa kerisauan ujian pelajar-pelajar telah dikenal pasti dan langkah seterusnya cara pelajar-pelajar menangani stres ini. Justeru, kajian-kajian berhubung dengan gaya *Coping* begitu giat diberi perhatian. Menurut Fieldman (dalam Grayson, 2007), gaya *coping* merupakan suatu alat atau mekanisme untuk pelajar-pelajar mengawal serta mengurangkan kerisauan dari situasi yang kurang menyenangkan.

Menurut Zeidner dan Endler (1996), kemahiran *coping* berlaku dalam dua bentuk iaitu *coping* berfokuskan emosi (*emotion-focused coping*) dan *coping* berfokuskan masalah (*problem-focused coping*). *Coping* berfokuskan masalah merujuk kepada kemahiran afektif, kognitif dan psikomotor yang pelajar gunakan secara serta merta untuk cuba menyelesaikan sesuatu masalah atau tekanan yang menimbulkan masalah dalam dirinya. Sementara *coping* berfokuskan emosi pula bermaksud individu menerima masalah atau tekanan yang dihadapi tanpa mengambil sebarang tindakan segera untuk mengatasinya.

Spangler, Pekrun, Kramer dan Hofmann (2002) mendapati bahawa terdapat perubahan secara negatif dari segi emosi terhadap peperiksaan bagi pelajar-pelajar universiti. Beliau menjelaskan bahawa, untuk kesemua jenis emosi yang dikaji memberikan kesan yang signifikan semasa menghadapi peperiksaan. Spangler et al., (2002) menegaskan bahawa emosi yang negatif, contohnya kerisauan dan putus asa, amat ketara sekali dalam kalangan pelajar sebelum menduduki peperiksaan. Spangler et al., (2002) juga mendapati bahawa pelajar perempuan lebih menunjukkan perasaan risau berbanding pelajar lelaki. Sementara itu, pelajar lelaki pula sering mengambil jalan mudah untuk mengelakkan diri daripada menduduki peperiksaan serta kerap berputus asa.

Carver et al. (1994) dan Maddi dan Hightower (dalam Alumran & Punamaki, 2008) mendapati bahawa lokus kawalan eksternal berhubung kait secara pasif dengan gaya *coping* bagi pelajar-pelajar terutamanya dari segi meluahkan perasaan mereka dan mengalih perhatian, Sementara itu, Edward dan Trimble (dalam Zeidner & Endler, 1996) pula mendapati bahawa impak gaya *coping* terhadap kerisauan memberikan kesan yang signifikan terutamanya *coping* yang berpusat kepada kerisauan ujian, gred peperiksaan atau gred kursus. Mereka mendapati juga wujudnya perhubungan yang positif antara gaya *coping* dengan kerisauan ujian terutamanya kerisauan-state.

Cooley dan Klinger (dalam Zeidner & Endler, 1996) menunjukkan kejayaan dan kegagalan pelajar-pelajar dipengaruhi oleh respon gaya *coping* sebelum menghadapi peperiksaan. Seringkali para pelajar yang menunjukkan tanda-tanda untuk gagal lebih cenderung untuk tidak mempamerkan sebarang masalah dalam

fokus *coping*. Mereka merumuskan bahawa prestasi akademik pelajar bergantung kepada masalah yang lebih spesifik, iaitu pembaziran atau penggunaan tenaga oleh pelajar terhadap fokus masalah mereka iaitu peperiksaan. Pada hakikatnya, individu yang dipengaruhi oleh gaya *coping* yang tidak efektif terutamanya pembaziran dan penggunaan tenaga yang tidak berkesan, sudah pasti tidak mungkin dapat menghadapi suasana peperiksaan yang mengancam.

Menurut Zeidner dan Endler (1996), gaya *coping* yang berasaskan teknik mengelak, melengahkan sesuatu tugas atau *procastination* akan membawa kepada respon berfokus masalah yang minimum serta menjejaskan prestasi peperiksaan. Bagi pelajar-pelajar yang menggunakan teknik mengelak peperiksaan (*avoidant coping*), kebiasaannya akan mengalami emosi negatif yang berbeza sedikit seperti berperasaan putus asa, marah, dan sedikit harapan sebelum menduduki peperiksaan. Hasil rumusan kajian mereka, perasaan ini tercetus disebabkan kemungkinan pelajar-pelajar terpaksa menghadapi hakikat bahawa akan gagal dalam peperiksaan kerana kekurangan persediaan rapi sebelum peperiksaan. Bagi pelajar-pelajar yang dapat menangani kerisauan ujian melalui gaya-gaya *coping* seperti mengawal perasaan (*self-controlling*), menerima tanggungjawab (*accepting responsibility*), penyelesaian masalah secara terancang (*planful problem solving*), sokongan sosial (*social support*) dan penilaian pencapaian diri (*self-reappraisal*) didapati prestasi peperiksaan mereka kurang terjejas.

1.2 Pernyataan Masalah

Daripada latar belakang kajian didapati terdapat beberapa perkara yang kerap timbul dan merupakan suatu masalah bagi pelajar-pelajar di institusi pengajian tinggi.

Fenomena kerisauan ujian dan gaya *coping* bukan suatu perkara baru malah mula ditemui sejak awal lagi. Kerisauan ujian boleh dicetuskan oleh sesuatu yang mengancam atau mengugat mereka seperti peperiksaan, ujian atau temu duga untuk pekerjaan. Justeru, perasaan emosi ini akan kekal dari bangku sekolah sehingga ke alam pekerjaan jika tidak di beri perhatian yang sewajarnya. Menurut Burns (2004) hasil pemerhatian ramai pengkaji mengakui bahawa kebimbangan dan kerisauan ujian merupakan suatu masalah yang boleh menular.

Mengikut Hill dan Wigfield (dalam Keogh & French, 2004), penilaian sebegini ternyata dapat mencetuskan kerisauan pada pelajar. Mereka menjelaskan bahawa banyak pelajar dilaporkan mengalami kebangkitan dan stres yang meningkat. Walau bagaimanapun terdapat individu yang dilaporkan mempunyai perasaan ketakutan yang berlebihan semasa menghadapi peperiksaan. Hill dan Wigfield (dalam Keogh & French, 2004) juga mendapati bahawa, jika seorang pelajar memasuki universiti kebolehan pelajar dalam peperiksaan akan menentukan beliau lulus atau gagal serta mengulangi semula sesuatu kursus tersebut. Malah jika pelajar telah tamat pengajian kesan prestasi peperiksaan akan terus menghantui graduan tersebut sama ada beliau boleh memasuki alam perkerjaan yang kompetitif atau melanjutkan pengajian ke peringkat sarjana.

Jansen dan Hoffman (dalam Macaulay, 2004) mendapati bahawa dalam keadaan tertekan terdapat perubahan fizikal motor dalam badan. Sebagai contoh, jumlah tekanan yang dikenakan oleh jari kepada pen atau pensil pada kertas akan mengganggu saiz tulisan. Perubahan fizikal motor ini dikesan dan terdapat korelasi antara tekanan cara penulisan dan kekompleksan kerja atau tugas. Jansen dan

Hoffman (dalam Macaulay, 2004) menjelaskan bahawa terdapat perhubungan antara ketidakupayaan meneruskan kerja atau kesukaran melakukan kerja dengan perubahan fizikal motor pergerakan jari. Maka, sudah semestinya hal ini akan menggugat kebolehan seseorang pelajar semasa peperiksaan, terutamanya cara persembahan jawapan peperiksaan yang ditulis tidak menarik

Kini, Institut Pendidikan Guru Malaysia menawarkan pelbagai program ijazah perguruan bagi pelajar-pelajar lepasan Sijil Pelajaran Malaysia dan Sijil Tinggi Persekolahan Malaysia. Program ini mengambil masa lima hingga enam tahun dan pelajar-pelajar diwajibkan membuat pengkhususan dua hingga tiga bidang. Setiap bidang akan menghasilkan kerisauan yang berbeza kepada pelajar-pelajar sama ada bidang Sains dan Matematik, bahasa seperti Bahasa Malaysia, Bahasa Tamil, Bahasa Cina, TESL dan juga bidang Kemahiran seperti Kemahiran Hidup, Pendidikan Jasmani dan Prasekolah terutamanya apabila peperiksaan hampir tiba.

McIlroy (2000) mendapati pelajar-pelajar yang cemas di bawah tekanan berbentuk penilaian prestasi lebih cenderung berfikir secara negatif dan akan mengganggu pencapaian tugas yang hendak dilakukan. Dalam pada itu kajian Onwuegbuzie dan Wilson (2003) dan Chipman, Krantz dan Silver (1992) mendapati pelajar-pelajar yang mengikuti kursus-kursus matematik di universiti dilaporkan mengalami peningkatan dalam aras kebimbangan dan keemosian. Banyak kajian telah dilakukan dalam bidang-bidang ini ternyata ada bukti yang menunjukkan kerisauan ujian, kerisauan-state dan kerisauan-tret wujud dalam kalangan pelajar-pelajar dari peringkat rendah sehingga ke peringkat tinggi (Hopko, Crittendon, Grant & Wilson, 2004; Messenger, Onslow, Packman & Menzies, 2004; Miller & Bichsel, 2003;

Moutafi, Furnham & Tsaousis, 2005; Mulvenon et al., 2005; Osborne & Kenny, 2004; Shih, 2005; Wills & Leatham, 2004).

Kajian-kajian mengenai gaya *coping* merupakan kajian yang penting selepas kerisauan ujian. Kajian mengenai gaya *coping* penting kerana dapat membantu pelajar-pelajar yang menangani masalah yang dihadapi. Menurut Markus dan Kitayama (dalam Jose & Kilburg, 2007), kajian di negara-negara Asia Tenggara masih kurang terutamanya di Jepun, Hong Kong dan Korea dimana latar belakang, sosiobudaya dan kepercayaan mempengaruhi gaya *coping* dan penilaian stres individu juga berbeza. Sementara itu, Edward dan Trimble (dalam Zeidner dan Endler 1996) pula mendapati bahawa impak gaya *coping* terhadap kerisauan memberikan kesan yang signifikan terutamanya *coping* yang berpusat kepada kerisauan ujian, gred peperiksaan atau gred kursus. Mereka juga mendapati wujudnya perhubungan yang positif antara gaya *coping* dengan kerisauan ujian terutamanya dalam kerisauan-state.

Maka dengan itu, tujuan kajian ini ialah untuk mengenal pasti sama ada kerisauan ujian dan gaya *coping* wujud dalam kalangan pelajar-pelajar yang berlainan pengkhususan dan hubungannya dengan prestasi peperiksaan pelajar-pelajar. Selain itu, komponen-komponen kerisauan selain kerisauan ujian seperti kerisauan-state, kerisau-tret, komponen kebimbangan dan keemosian yang relevan dalam konteks kajian ini turut serta dikaji. Melalui kajian kualitatif pelajar-pelajar berlainan pengkhususan, kaum dan jantina ditemu bual dan disoal pengalaman mereka menghadapi kerisauan, stres, tekanan ibu bapa, kekecewaan dan *anxiety blokage*. Tambahan lagi melalui kajian kualitatif komponen gaya *coping* yang lain seperti *coping* berfokus emosi dan *coping* berfokus masalah, mengawal perasaan,

penyelesaian masalah terancang, sokongan sosial, dan menilai semula pencapaian diri, turut dikaji.

1.3 Rasional Kajian

Menurut Stober dan Pekrun (2004) mendapati tanggapan pelajar bahawa kegagalan atau kejayaan sesuatu peperiksaan akan menentukan hala tuju masa hadapan mereka, oleh yang demikian akan mencetuskan pelbagai spektrum emosi.

Semua pengkhususan seperti Sains dan Matematik serta TESL berpotensi mencetuskan kerisauan pada tahap yang berbeza jika pelajar-pelajar tidak cekap menguasai ilmu yang diajar. Kelemahan ini akan disalahtafsirkan sebagai suatu ancaman dan akan mencetuskan pelbagai perasaan emosi negatif seperti tekanan dan juga kerisauan. Tidak kira apa jua medium bahasa yang digunakan pengkhususan Sains dan Matematik itu sendiri ternyata dapat mencetuskan kerisauan ujian sebelum dan semasa menghadapi peperiksaan (Ming & Olaybal, 2004).

Tambahan pula semasa menghadapi peperiksaan, tekanan dan kerisauan akan berlipat ganda kerana takut gagal dalam peperiksaan atau mendapat gred yang rendah serta gaya *coping* yang kurang efisien contohnya beban fakta-fakta yang harus diingat dalam masa yang singkat. Faktor ini akan mengganggu konsentrasi para pelajar serta akan membazirkan tenaga memikirkan hal-hal yang tidak relevan dengan peperiksaan serta membawa kepada kemerosotan prestasi. Sementara itu, bidang pengkhususan lain seperti TESL, Bahasa Malaysia, Bahasa Cina, Bahasa Tamil, dan Prasekolah mampu menghasilkan kerisauan ujian pada intensiti yang berbeza semasa peperiksaan

bergantung kepada kebolehan kognitif dan gaya *coping* seseorang pelajar menangani beban tugas yang diberikan. Kerisauan ini bertambah jika proses mengulang kaji bahan-bahan yang diajar tidak dilakukan secara konsisten, dalam erti kata lain kekurangan persediaan atau gaya *coping* yang kurang efisien mampu mencetuskan kerisauan ujian.

Pendidikan merupakan agen penting kearah mengembangkan potensi individu dari segi intelek, rohani, emosi dan jasmani selaras dengan Falsafah Pendidikan Kebangsaan. Dalam mencapai matlamat untuk melahirkan individu yang berkemahiran serta menyedari potensi diri sendiri institusi pendidikan perlu peka kepada masalah-masalah pembelajaran yang dihadapi oleh murid-murid dan juga pelajar. Bahagian Pendidikan Guru perlu mendedahkan kepada bakal-bakal guru khususnya bidang bimbingan dan kaunseling dalam memahami kerisauan ujian dan gaya *coping* serta kesan psikologi yang dialami oleh murid-murid. Oleh hal demikian, kajian ini dapat membantu guru-guru dalam mengenal pasti kerisauan ujian yang dihadapi dalam kalangan murid-murid sekolah dan menolong mereka cara-cara menanganinya melalui gaya-gaya *coping* yang berlainan kerana masalah kerisauan berkait rapat dengan keyakinan diri seseorang individu dan boleh berlarutan sehingga ke dunia pekerjaan. Sudah tiba masanya kajian sebegini dijalankan memandangkan kajian ini relevan dalam konteks pendidikan kini, kerana dapat dimanfaatkan oleh guru-guru bimbingan dan kaunseling, pelajar-pelajar tempatan di universiti, institut ataupun murid-murid di sekolah.

Kesimpulannya, kajian ini penting dalam konteks pendidikan kini kerana gaya *coping* merupakan mekanisme pembaik pulih dalam konteks pembelajaran dan

peperiksaan. Kajian ini juga akan membuka pintu kepada kajian-kajian akan datang terutamanya dalam bidang stres, tekanan, kerisauan ujian dan gaya *coping* memandangkan kajian terhadap isu-isu masih kurang dinegara kita. Dapatan kajian ini, juga akan memberi gambaran kepada Kementerian Pelajaran Malaysia dan juga Kementerian Pengajian Tinggi dengan lebih dekat mengenai kerisauan ujian dan gaya *coping* dalam kalangan pelajar-pelajar berlainan pengkhususan serta hubungannya dengan prestasi peperiksaan.

1.4 Objektif Kajian

Secara umumnya, tujuan utama kajian ini ialah untuk mengenal pasti kewujudan kerisauan ujian dan gaya *coping* dalam kalangan pelajar-pelajar institut pendidikan guru mengikut bidang pengkhususan yang berlainan dan hubungannya dengan prestasi peperiksaan pelajar-pelajar ini. Kajian ini dijalankan terhadap pelajar-pelajar sebelum mereka menduduki peperiksaan akhir semester. Oleh itu empat kumpulan pengkhususan telah dikenal pasti untuk tujuan kajian a) Sains dan Matematik b) TESL c) Bahasa terdiri daripada bidang pengkhususan Bahasa Malaysia, Bahasa Tamil, Bahasa Cina d) Kemahiran terdiri daripada beberapa bidang pengkhususan iaitu Kemahiran Hidup, Pendidikan Jasmani dan Prasekolah. Untuk tujuan tersebut beberapa objektif yang khusus dibentuk:

- i) Menenal pasti kewujudan kerisauan ujian dalam kalangan pelajar-pelajar berlainan pengkhususan institut perguruan dan hubungannya dengan prestasi peperiksaan pelajar-pelajar ini.

- ii) Mengetahui pasti hubungan komponen keseimbangan dan keemosian pelajar-pelajar dalam semua bidang iaitu Sains dan Matematik, bidang TESL, bidang Bahasa dan bidang Kemahiran.
- iii) Membanding skor min kerisauan-state dan kerisauan tret pelajar-pelajar dalam semua bidang iaitu Sains dan Matematik, bidang TESL, bidang Bahasa dan bidang Kemahiran.
- iv) Membandingkan skor min kerisauan ujian dan gaya *coping* antara pelajar-pelajar dalam semua bidang iaitu Sains dan Matematik, bidang TESL, bidang Bahasa dan bidang Kemahiran.
- v) Mengetahui pasti hubungan gaya *coping* dengan kerisauan ujian dalam kalangan pelajar-pelajar berlainan pengkhususan di institut pendidikan guru.
- vi) Mengetahui pasti gaya *coping* dalam kalangan pelajar-pelajar berlainan pengkhususan institut perguruan dan hubungannya dengan prestasi peperiksaan pelajar-pelajar ini.

1.5 Persoalan Kajian

Untuk mencapai objektif kajian di atas beberapa soalan diharap dapat dijawab:

- i) Adakah terdapat hubungan antara skor min kerisauan ujian dengan prestasi peperiksaan semester pelajar-pelajar di institut pendidikan guru?
- ii) Adakah terdapat perhubungan antara komponen keseimbangan dengan keemosian antara pelajar-pelajar di institut pendidikan guru?

- iii) Adakah terdapat perbezaan dalam skor min kerisauan-state dan kerisauan-tret dengan bidang pengkhususan yang berbeza iaitu bidang Sains dan Matematik, TESL, Bahasa dan Kemahiran?
- iv) Adakah terdapat perbezaan dalam skor min kerisauan ujian dan gaya *coping* dengan bidang pengkhususan yang berbeza iaitu bidang Sains dan Matematik, TESL, Bahasa, dan Kemahiran?
- v) Adakah terdapat hubungan dalam skor min gaya *coping* dengan kerisauan ujian dalam kalangan pelajar-pelajar berlainan pengkhususan di institut pendidikan guru.
- vi) Adakah terdapat hubungan antara skor min gaya *coping* dengan prestasi peperiksaan semester pelajar-pelajar berlainan pengkhususan di institut pendidikan guru?

1.6 Hipotesis Kajian

Daripada objektif kajian dan juga persoalan kajian, sebanyak lapan hipotesis nol akan diuji:

- H₀₁ Tidak ada hubungan signifikan antara skor min kerisauan ujian dengan prestasi peperiksaan pelajar-pelajar keempat-empat pengkhususan.
- H₀₂ Tidak ada hubungan yang signifikan antara skor min komponen keseimbangan dengan keemosian bagi pelajar-pelajar keempat-empat pengkhususan
- H₀₃ Tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara skor min kerisauan-state dengan pelajar-pelajar keempat-empat pengkhususan iaitu Sains dan Matematik, TESL, Bahasa dan Kemahiran.

- H₀₄ Tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara skor min kerisauan-tret dengan pelajar-pelajar keempat-empat pengkhusuan iaitu Sains dan Matematik, TESL, Bahasa dan Kemahiran..
- H₀₅ Tidak ada hubungan signifikan antara skor min gaya *coping* dengan prestasi peperiksaan pelajar-pelajar keempat-empat pengkhususan.
- H₀₆ Tidak ada hubungan signifikan antara skor min gaya *coping* dengan kerisauan ujian pelajar-pelajar keempat-empat pengkhususan.
- H₀₇ Tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara skor min kerisauan ujian dengan pelajar-pelajar keempat-empat pengkhususan iaitu Sains dan Matematik, TESL, Bahasa dan Kemahiran
- H₀₈ Tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara skor min gaya *coping* dengan pelajar-pelajar keempat-empat pengkhususan iaitu Sains dan Matematik, TESL, Bahasa dan Kemahiran

1.7 Kerangka Konseptual Kajian

Kerangka Konseptual kajian yang menjadi panduan kajian ini dibentuk berlandaskan kepada teori, model dan juga hipotesis, contohnya, Teori Pemprosesan Kecekapan (PET), Hipotesis-U-Terbalik dan Model *Coping* Lazarus dan Folkman (1984). Eysenck dan Calvo (1992) dalam Teori Pemprosesan Kecekapan (PET) menyatakan bahawa dengan peningkatan aras kerisauan maka akan mengakibatkan kepada penurunan tahap kecekapan. Lebih-lebih lagi jika tahap kesukaran sesuatu tugas ditingkatkan. Oleh hal demikian akan membawa kepada penurunan pencapaian prestasi individu.

Menurut Ashcraft (2002) sememangnya terdapat bukti dalam kajian beliau menunjukkan terdapat hubungan diantara kerisauan dan kompetensi pelajar-pelajar dalam bidang pengkhususan matematik yang seiring dengan dapatan Eysenck dan Calvo (1992). Sebagai contoh, pengkhususan bidang Sains memerlukan lebih masa untuk mempelajari konsep, teori, model manakala bidang pengkhususan Matematik pula terdiri daripada pengiraan seperti statistik dan algebra adalah agak sukar berbanding pengkhususan-pengkhususan lain. Pada hakikatnya akan mencetuskan kerisauan dalam kalangan pelajar-pelajar yang mengkhusus dalam bidang ini.

Demikian juga halnya dengan program TESL dimana akan mencetuskan kerisauan bagi pelajar-pelajar yang kurang fasih dan kurang mahir berbahasa Inggeris. Sementara itu, bidang pengkhususan Bahasa dan juga Kemahiran masih mencetuskan kerisauan ujian kepada pelajar yang mengikuti kursus ini, tetapi pada aras yang berbeza. Justeru, kesemua pengkhususan berpotensi menjana salah satu kerisauan seperti kerisauan ujian sebelum dan semasa menduduki peperiksaan akhir semester, kerisauan-state atau kerisauan-tret. Pada hakikatnya jika kerisauan semakin bertambah sehingga memuncak, prestasi akan mula merosot. Sarason (dalam Keogh & French, 2000) mendapati bahawa kerisauan dapat mengganggu prestasi dengan meningkatkan tumpuan terhadap pemikiran dalaman, selari dengan Teori Pemprosesan Kecekapan. Tegas beliau pemikiran dalaman boleh mengurangkan tumpuan individu daripada menjalankan tugas yang perlu diberaskan atau tugas ditangan. Pemikiran dalaman ini juga akan membazirkan tenaga individu serta mengganggu konsentrasi pelajar.

Lazarus dan Folkman (1984) menyatakan bahawa apabila seseorang individu itu berhadapan dengan stresor, secara automatik penilaian secara negatif atau positif terhadap stresor dilakukan. Berdasarkan kepada penilaian ke atas stresor ini pula individu akan menentukan reaksi emosi dan juga tingkah laku. Gaya *coping* merupakan faktor yang dapat menstabilkan individu dalam mengekalkan dan menyesuaikan diri secara psikososial semasa keadaan kerisauan yang tinggi. Ia meliputi usaha kognitif dan tingkah laku untuk mengurangkan dan menghapuskan keadaan stres dan keadaan emosi yang gemuruh.

Sementara itu, Kohn (dalam Zeidner & Endler, 1996) mendapati bahawa 90 peratus daripada pelajar-pelajar yang menggunakan kaedah *coping* seperti *coping* berfokus masalah dan *coping* berfokus emosi pada peringkat-peringkat tertentu untuk menyelesaikan masalah kerisauan ujian. Justeru, melalui kajian kualitatif komponen gaya *coping* seperti *coping* berfokus emosi dan *coping* berfokus masalah, mengawal perasaan, penyelesaian masalah secara sistematik, sokongan sosial dan menilai semula pencapaian diri, turut dikaji disamping kajian kerisauan ujian dan gaya *coping* dalam kalangan pelajar-pelajar yang berlainan pengkhususan dan hubungannya dengan prestasi peperiksaan pelajar-pelajar.

Prestasi peperiksaan hasil daripada peperiksaan akhir menjadi faktor dalam kajian ini, malah bertindak sebagai pencetus tekanan yang membawa kepada pelbagai jenis kerisauan ujian dan gaya *coping* pelajar-pelajar pelbagai pengkhususan berubah disebabkan tekanan yang dijanakan oleh peperiksaan. Kesemua pelajar yang dikaji dua hingga tiga minggu sebelum mereka menduduki peperiksaan akhir semester, ini adalah kerana apabila peperiksaan semakin hampir maka aras kerisauan ujian semakin